



Akademia JA Sp. z
o. o.

★★★★★ 4,7 / 5

12 ocen

Executive coaching z coachem akredytowanym IC

Numer usługi 2025/11/25/15966/3170764

📍 Gdynia / mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną
w czasie rzeczywistym)

🏠 Coaching

🕒 10 h

📅 08.01.2026 do 31.12.2026

7 380,00 PLN brutto

6 000,00 PLN netto

738,00 PLN brutto/h

600,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Biznes / Zarządzanie przedsiębiorstwem

Grupa docelowa usługi

Coaching dla kadry zarządzającej – Wsparcie w skutecznym zarządzaniu zmianą

Zakres coachingu obejmuje przede wszystkim:

- **rozwój kompetencji w obszarze zarządzania zmianą organizacyjną i procesami restrukturyzacyjnymi**, co pozwala skutecznie planować i wdrażać transformacje przy jednoczesnym zachowaniu stabilności działania,
- **budowanie odporności psychicznej i przywództwa**, sprzyjające zachowaniu równowagi, pewności i skuteczności w sytuacjach presji i niepewności,
- **doskonalenie komunikacji i angażowania zespołu**, co przekłada się na większe zaufanie, motywację i odpowiedzialność pracowników w procesie zmian.

Dzięki współpracy z doświadczonym coachem możliwe jest precyzyjne określenie celów strategicznych, wzmocnienie kultury organizacyjnej oraz rozwijanie stylu przywództwa opartego na autentyczności i zaufaniu. Coaching wspiera liderów w podejmowaniu decyzji zgodnych z wartościami firmy oraz w skutecznym i trwałym zarządzaniu zmianą.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

1

Data zakończenia rekrutacji

07-01-2026

Forma prowadzenia usługi

mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

Liczba godzin usługi

10

Cel

Cel biznesowy

KLUCZOWE CELE BIZNESOWE:

1. Lepsze podejmowanie decyzji strategicznych
 - podniesienie jakości decyzji zarządczych,
 - większa jasność priorytetów,
 - szybsze i trafniejsze reakcje na zmiany.
2. Zwiększenie efektywności pracy lidera
 - lepsze zarządzanie czasem i energią,
 - eliminowanie zachowań, które spowalniają organizację.
3. Skuteczniejsze zarządzanie ludźmi i zespołami
 - podnoszenie zaangażowania zespołów,
 - redukcja rotacji,
 - zwiększenie odpowiedzialności i samodzielności pracowników.
4. Budowanie postawy przywódczej spójnej ze strategią firmy
 - rozwój stylu przywództwa dopasowanego do kultury organizacyjnej,
 - wzmacnianie reputacji i wiarygodności lidera.
5. Rozwiązywanie kluczowych wyzwań wpływających na wyniki
 - (np. konflikty w zespole, nieefektywna komunikacja, spadek motywacji).
6. Przygotowanie lidera do nowych ról / dużych zmian
 - awans do zarządu lub roli dyrektorskiej,
 - restrukturyzacje, przejęcia, reorganizacje, szybki wzrost.
7. Wzmacnianie odporności i zdolności do działania pod presją
 - większa stabilność decyzyjna,
 - mniej reaktywnych zachowań.

Efekt usługi

EFEKTY U OSOBY (LIDERA / COACHEE)

1. Poprawa skuteczności i jakości działania

- lepsze priorytetyzowanie,
- szybsze podejmowanie decyzji,
- większa samodzielność.

2. Rozwój kompetencji przywódczych

- skuteczniejsza komunikacja,
- lepsza delegacja,
- większa umiejętność egzekwowania i budowania odpowiedzialności.

3. Wzrost samoświadomości

- rozpoznawanie własnych schematów działania,

- umiejętność korekty zachowań utrudniających sukces.

4. Lepsza regulacja emocji i odporność psychiczna

- bardziej stabilne działanie pod presją,
- mniejszy poziom stresu,
- lepsza zdolność utrzymania energii i koncentracji.

5. Poprawa umiejętności komunikacyjnych

- jasność przekazu,
- umiejętność rozmów trudnych,
- lepsze zarządzanie konfliktem.

6. Wzrost motywacji i zaangażowania

- przełamanie impasu,
- poczucie sensu i kierunku,
- większa satysfakcja zawodowa.

EFEKTY DLA ORGANIZACJI

1. Wyższa efektywność zespołów

- mniej konfliktów,
- lepsza współpraca,
- wyższe wyniki w KPI zespołowych.

2. Poprawa kultury organizacyjnej

- bardziej odpowiedzialne i dojrzałe postawy liderów,
- większa transparentność i zaufanie.

3. Zwiększenie innowacyjności i zdolności do zmian

- liderzy szybciej adaptują nowe procesy,
- organizacja zyskuje większą elastyczność.

4. Lepsza komunikacja pionowa i pozioma

- mniej nieporozumień,
- szybsze przepływy informacji.

5. Spadek rotacji i wzrost retencji pracowników

- bardziej wspierające środowisko pracy,
- lepsze zarządzanie ludźmi.

6. Lepsze wyniki biznesowe

- Efekty pośrednie, ale bardzo realne:
- większa efektywność operacyjna,
- mniej błędów,
- szybsza realizacja celów strategicznych.

Metoda potwierdzenia osiągnięcia efektu usługi

Stopień realizacji celów coachingowych przez coachee

Coach ocenia:

- czy cel został osiągnięty,
- w jakim zakresie,
- jakie konkretne zachowania uległy zmianie,
- czy zmiana jest **trwała**, a nie chwilowa,
- czy coachee wdrożył plan działań ustalony w procesie.

Kwalifikacje

Program

Proces coachingowy to indywidualna, poufna współpraca oparta na partnerstwie pomiędzy Coachem a Coachee (osobą uczestniczącą w procesie).

Cały proces obejmuje **7 indywidualnych sesji coachingowych**, realizowanych w cyklu dopasowanym do tempa i potrzeb uczestnika (najczęściej co 3-5 tygodni). Każda sesja trwa około 60–120 minut i odbywa się w formie spotkania stacjonarnego lub online. Coaching. Najważniejsze zmiany zachodzą między sesjami, kiedy uczestnik świadomie wprowadza w życie nowe sposoby działania. **Sesje stanowią katalizator refleksji i rozwoju**, uruchamiając proces zmian, który dojrzewa w codziennej praktyce zawodowej.

Etapy procesu coachingowego:

- **Diagnoza i określenie celów**
- Proces rozpoczyna się rozmową wstępną, podczas której identyfikowane są kluczowe potrzeby, oczekiwania oraz obszary rozwojowe Coachee. Na tej podstawie formułowany jest cel główny i cele cząstkowe coachingu – spójne z kontekstem organizacyjnym i strategicznymi wyzwaniami firmy.
- **Ustalenie zasad współpracy**
- Wspólnie ustalone są ramy i zasady współpracy: zakres poufności, częstotliwość sesji, sposób monitorowania postępów oraz rola Coach–Coachee w procesie.
- **Realizacja sesji coachingowych**
- Każda sesja stanowi przestrzeń do refleksji, pogłębionej analizy i pracy nad konkretnymi wyzwaniami w kluczowych obszarach.
- **Praktyczne wdrażanie zmian**
- Między sesjami uczestnik ma możliwość testowania nowych podejść, narzędzi i zachowań w codziennej pracy. Coach wspiera w analizie doświadczeń i wyciąganiu wniosków, które wzmacniają trwałość efektów.
- **Podsumowanie i ewaluacja**
- Ostatnia sesja poświęcona jest podsumowaniu osiągniętych rezultatów, refleksji nad rozwojem i planowaniu dalszych działań wspierających trwałość zmian.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
Brak wyników.						

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	7 380,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	6 000,00 PLN

Koszt osobogodziny brutto

738,00 PLN

Koszt osobogodziny netto

600,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Agnieszka Zielonka

Coach i superwizor akredytowany IC. Certyfikowana trenerka Polskiego Towarzystwa Psychologicznego (2003), business coach International Coaching Community (ICC) (2006) oraz jedna z trzynastu na świecie certyfikowanych superwizerek ICC (2010). Posiada także uprawnienia facylitatorki metody EAHAE (2012), team coach NEWS (2014) oraz coacha Talent Reflect (2015). Jej pasją jest psychobiologia, którą rozwijała w Akademii Vedica (2019).
Doktorat pisała w zakresie strategii radzenia sobie ze stresem.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W cenie: zadania międzysesyjne i stały kontakt z coachem w razie potrzeby

Warunki techniczne

Sala szkoleniowa z rzutnikiem i flipchartem, gabinet na spotkania indywidualne, platforma ZOOM.

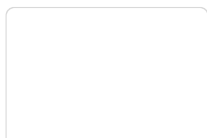
Adres

ul. Śląska 51B/1A
81-304 Gdynia
woj. pomorskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Karolina Fiszka

E-mail biuro@akademia-ja.pl



Telefon (+48) 516 195 701